

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KESEIMBANGAN
DINAMIS PADA LANJUT USIA DI KELURAHAN GONILAN**



SKRIPSI

**DISUSUN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN DALAM
MENDAPATKAN GELAR SARJANA FISIOTERAPI**

Disusun Oleh :

AGIL MUGI SENTOSO

J 120 120 016

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KESEIMBANGAN
DINAMIS PADA LANJUT USIA DI KELURAHAN GONILAN**

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program

S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan oleh:

Hari : Senin

Tanggal : 13 Juni 2016

AGIL MUGI SENTOSO

J 120120016

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KESEIMBANGAN
DINAMIS PADA LANJUT USIA DI KELURAHAN GONILAN**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Sidang Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Disajukan oleh:

Nama : Agil Mugi Sentoso

NIM : J 120120016

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Dwi Rosella Komala Sari, S.Fis.,

M.Fis., Dipl. (CIDESCO)

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Fisioterapi Dan
Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar

Sarjana Fisioterapi

Hari : Senin

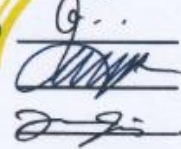
Tanggal : 13 Juni 2016

Tim Penguji

Nama Penguji

1. Dwi Rosella Komala Sari, S.Fis., M.Fis., Dipl. (CIDESCO)
2. Totok Budi Santoso, S.Fis, M.P.H
3. Maskun Pudjianto, S.Fis., M.Kes

Tanda Tangan



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Sawaji, M.Kes

DEKLARASI

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Agil Mugi Sentoso
NIM : J 120 120 016
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jurusan : S1 Fisioterapi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Obesitas dengan Keseimbangan
Dinamis pada Lanjut Usia di Kelurahan Gonilan

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademis.

Surakarta, 13 Juni 2016



Agil Mugi Sentoso

MOTTO

Kesuksesan tidak akan datang dengan mudah, anda harus berusaha dan bekerja keras untuk mendapatkannya, maka dari itu anda harus berhenti berharap dan mulai melakukan

Agil Mugi Sentoso

Ilmu itu bukan yang dihafal, tetapi yang memberi manfaat

Imam As-Syafie

Ilmu berbisik kepada amal dan amal mesti menjawabnya. Jika tidak, ilmu menjad isia-sia

Ali bin AbiThalib

Tuntutlah ilmu disaat kamu miskin, ia akan menjadi hartamu. Disaat kamu kaya, ia akan menjadi perhiasanmu

Luqman Al-Hakim

You're never a loser until You quit Trying

Mike Ditka

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan cinta dan sayang untuk mama, papa, dan kakak-kakak yang selalu memberikan motivasi, dan Do'a tiada henti

Terimakasih untuk Dosen yang telah mentransferkan ilmunya, karena kalian saya bisa seperti sekarang

Terimakasih untuk,hap, kiki, rahmadini, ifnu, arab, dian wulandari, dan kihan gelak tawa dan canda kalian selama ini, serta menjadi kawan yang baik

Terimakasih banyak untuk Fidyatul Nazhira atas segala bantuan, dukungan, dan doa yang tiada henti

Skripsi ini saya persembahkan untuk mereka yang haus akan ilmu pengetahuan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puja dan puji syukur bagi Allah tuhan semesta alam yang telah melimpahkan nikmat, sehat, iman, serta kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara obesitas dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia di Kelurahan Gonilan”

Dalam pelaksanaan penelitian hingga tersusunnya skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai hambatan dan kesulitan, tetapi berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak dan atas ridha Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu sudah selayaknya dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Bapak Dr. Suwaji Surayatna, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc, selaku Ketua program studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Ibu Dwi Rosella Komalasari, S.Fis., M.Fis., Dipl.Cidesco, selaku dosen pembimbing skripsi 1
5. Bapak Totok Budi Santoso, S.Fis., M.PH, selaku dosen pembimbing skripsi 2
6. Segenap dosen-dosen pengajar dan laboran program studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

7. Segenap karyawan dan staff Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
8. Papa dan Mama yang memberikan nasihat, motivasi, kasih sayang, dan Do'a dalam setiap waktunya
9. Kakak-kakak Andi Mulya, S.E, Lala Handayani, Akper, dan Muhammad Hisyam Sumantri, Akper, yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis
10. Keluarga besar Fisioterapi S1 2012 khususnya sahabat-sahabat saya Fidyatul Nazhira, Irfa Khoiruddin, Ifnu Adristian, Rahmadini Wulandari, Riski Diana Fafilia, Rizky Meilynno Crisvantikno, dan Ahmad Fakihan terima kasih atas ilmu, pengetahuan, canda tawa, kontribusi kalian selama ini yang telah membuka hati untuk menjadikanku sebagai bagian kecil dalam sejarah kalian

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan penulis di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak

Surakarta, Juni 2016

Agil Mugi Sentoso

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN DEKLARASI	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teori	6
1. Lanjut Usia	6
2. Obesitas	10
3. Keseimbangan Dinamis	18
4. Kerangka Pikir	24
5. Kerangka Konsep	25
6. Hipotesis	25

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	26
B. Waktu dan Tempat Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel	26
D. Variabel	27
E. Definisi Konseptual	28
F. Definisi Operasional	28
G. Jalannya Penelitian	29
H. Teknik Analisis Data	30

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL	31
1. Gambaran Umum Penelitian	31
2. Karakteristik Responden	32
3. Analisis Data	36
B. Pembahasan	37
C. Keterbatasan Penelitian	41

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	42
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Obesitas	16
Tabel 2.1 Penilaian <i>Time Up and Go Test</i>	21
Tabel 4.1 Responden Posyandu kelurahan Gonilan	32
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	33
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan IMT	33
Tabel 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Keseimbangan Dinamis	34
Tabel 4.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 4.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Obesitas	35
Tabel 4.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Keseimbangan Dinamis	35
Tabel 4.8 Hasil Analisis Data	36
Tabel 4.9 Hasil Odds Ratio	37
Tabel 4.10 Distribusi Responden Berdasarkan Odds Ratio	37

DAFTAR LAMPIRAN

- A. Data Sampel Penelitian
- B. Uji *Spearman Rank*
- C. *Odds Ratio*
- D. Surat Izin Penelitian
- E. Informed Consent
- F. Dokumentasi Penelitian
- G. Daftar Riwayat Hidup

ABSTRAK

PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, 14 JUNI 2016

AGIL MUGI SENTOSO / J120120016

“HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KESEIMBANGAN DINAMIS PADA LANJUT USIA DI KELURAHAN GONILAN”

(Dibimbing Oleh: Dwi Rosella Komala Sari, S.Fis., M.Fis., Dipl. (CIDESCO))

Latar Belakang: Obesitas dapat di definisikan sebagai kelebihan berat badan yang dapat meningkatkan resiko munculnya penyakit medis dan kematian dini. Obesitas terjadi karena asupan energi lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Asupan energi tinggi disebabkan oleh konsumsi makanan sumber energi dan lemak tinggi, sedangkan pengeluaran energi yang rendah disebabkan kurangnya aktivitas fisik. Obesitas kemungkinan berhubungan keseimbangan dinamis pada penderita obesitas dari segi anatomi mengalami perubahan postur yang terjadi adalah menurunnya LGS, berkurangnya elastisitas pada ligament dan otot, serta berubahnya COG. Dari dampak perubahan postur dapat menyebabkan tubuh menjadi instabilitas.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia di kelurahan Gonilan

Manfaat Penelitian: Dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan serta bahan dalam penerapan ilmu metode penelitian, khususnya gambaran mengenai hubungan antara obesitas dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia di kelurahan Gonilan

Metode Penelitian: Jenis penelitian yang digunakan adalah dalam penelitian ini adalah *Observasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sample secara *Purposive Sampling* dengan jumlah sample 76 orang. Pengukuran obesitas menggunakan menggunakan IMT (Indeks Massa Tubuh) sedangkan pengukuran keseimbangan dinamis menggunakan TUG (*Time Up and Go Test*). Uji korelasi menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil uji *Spearman Rank* diketahui bahwa nilai *p-value* $0,000 < 0,005$ maka H_a diterima sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan antara obesitas dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia di kelurahan gonilan.

Kesimpulan: Ada hubungan antara obesitas dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia di kelurahan gonilan

Kata Kunci: Obesitas, Keseimbangan Dinamis, *Time Up and Go Test*, Lanjut Usia

ABSTRACT

**THE DEPARTEMENT OF PHYSIOTHERAPHY
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
A THESIS, JUNE 14 2016**

AGIL MUGI SENTOSO/J120120016

“RELATION BETWEEN OBESITY AND DYNAMIC BALANCE OF THE ELDERLY PEOPLE IN GONILAN VILLAGE”

(Guided by: Dwi Rosella Komala Sari., S.fis., M.Fis., Dipl (CIDESCO))

Background: Obesity can be defined as overweight can increase the risk of the emergence of medical illness and premature death. Obesity occurs due to a higher energy intake than incurred. High energy intake cause by the consumption of high in fat an energy sources. Whereas low energy expenditure caused by lack of activity. Obesity may be related with dynamic balance, in the obese in terms of anatomy changes posture, what happens is the decrease range of motion, reduced elasticity of the ligaments and muscles, as well as the changing center of gravity. The impact of changes in posture can cause the body to become unstable.

Research purposes: To know the relation between obesity and dynamic balance of the elderly people in Gonilan village

Research benefit: To increase the knowledge, experience, and insight as well as materials in the application of research especially an overview of the relation between obesity and dynamic balance of the elderly people in Gonilan village

Research method: this research is observational with cross sectional approach. The sampling technique used is purposive sampling with 71 samples. The measurement of obesity uses BMI (Body Mass Index) whereas the measurement of dynamic balance uses TUG (Time Up and Go Test). The correlation test uses Chi Square

Research finding: based on spearman rank test, it is known that p-value score is $0,000 < 0,005$ so H_a is accepted it can be interpreted that there is correlation between obesity and dynamic balance of the elderly people in Gonilan village

Conclusion: There is correlation between obesity and dynamic balance of the elderly people in Gonilan village

Keywords : Obesity, Dynamic balance, Time up and go test, Elderly